

Formation Professionnelle
de Qigong

Taijiwuxigong

Mouvement Spontané

pour la santé et

le développement personnel

(première partie :

Juillet 2008 – Juillet 2009)

Formation Taijiwuxigong Professionnelle

| I | II | III | IV | V |
|------------------------|---|-------------------|--------------|---------------|
| | 2008 | | | 2009 |
| juillet | 18 – 19 octobre | 6 – 7 décembre | 7 -8 mars | 16 -17 mai |
| 5 jours Montpellier | Les dates sont à confirmer à la rentrée de septembre 2008 | | | |
| | www. taijiwuxigong.com , www.buqi.net | | | |

E-mail: buqifrance@buqi.net, Tél: 04 67 89 63 34

Buqi Institute International

Le Taijiwuxigong

Le Taijiwuxigong a été développé directement à partir du Taijiquan par le Dr Shen Hongxun pour lutter contre les problèmes contemporains de santé et de stress. Facile à apprendre, c'est une méthode d'auto guérison physique et émotionnelle sûre et efficace et la base pour guérir d'autres personnes.

Le Taijiwuxigong est le lien entre Qigong (Chi Kung) et Taijiquan (Tai Chi Chuan). Il éveille l'énergie, le Qi, dans la pratique du Qigong, du Taijiquan mais également dans tout autre type de travail sur le corps énergétique. Il utilise à la fois des exercices de posture debout et en mouvement afin de cultiver le mouvement interne et spontané du Qi.

Mouvement Spontané

Le mouvement spontané est la plus importante réaction à la pratique du Qigong – ce n'est que lorsque le Qi circule que stagnation et blocages peuvent être enlevés - et ce n'est qu'alors que tous les exercices de Qigong peuvent réellement améliorer la santé. Beaucoup de gens en parlent ou étudient le Qi pendant des années, mais peu expérimentent réellement dans leur propre corps le Qi vivant et en mouvement. Le Taijiwuxigong peut vous donner cette expérience directe. Le Taijiwuxigong peut traiter la maladie en optimisant les capacités d'auto-guérison de l'organisme et conduire à l'éveil des fonctions latentes innées en nous tous.

Le Mouvement spontané est un phénomène normal de la vie. Cela se produit constamment dans les processus physiologiques du corps humain tels que la digestion et le métabolisme, la production et la distribution des substances hormonales, la circulation des fluides corporels, le renouvellement cellulaire, etc.

Les organes, les tissus, les muscles remplissent tous leur fonction par le biais de mouvements spontanés(1

qui passent la plupart du temps inaperçus et ignorés de nous. Imaginez seulement combien de fois vous avez cligné des paupières en lisant ceci, combien de respirations vous avez prises, combien de pulsations cardiaques il vous faudra pour atteindre la fin de cette page et les choses merveilleuses que votre corps aura faites entre-temps avec les nutriments du dernier repas que vous avez mangé - tout ceci de manière complètement spontanée. Les cheveux et les ongles poussent, les cellules sont remplacées, le sang renouvelé, les organes remis en état et tout ceci grâce à une sagesse du corps dont nous ne nous questionnons que si cela se passe mal. Le Mouvement Spontané Induit permet d'accéder à la connaissance de l'auto guérison et aux capacités du corps.

La vie est mouvement et le mouvement a une fréquence. Il y a d'innombrables raisons pour lesquelles les fréquences de santé, les mouvements naturels internes du corps, sont perturbées ou ne fonctionnent pas à leur niveau optimal. Si les fonctions normales de l'organisme sont affaiblies, ce n'est qu'une question de temps avant que des problèmes de santé et de vieillissement prématuré ne surviennent.

Le Taijiwuxigong aborde systématiquement toutes les parties du corps tant internes, qu'externes, les articulations, les muscles, les organes et la plus importante, la colonne vertébrale, par le biais des voies nerveuses

qui courent le long de la colonne vertébrale connectant toutes les parties du corps. Des exercices spécifiques sont conçus pour réguler, normaliser et optimiser les fréquences, le mouvement et la fonction.

Les exercices eux-mêmes sont adaptables à la condition physique individuelle, à l'endurance, etc.... qui vont s'en trouver naturellement améliorées tout au long de la pratique. Pour quelqu'un qui a une forme physique moyenne, une séance d'exercices peut être assimilée à un entraînement physique vigoureux, avec des mouvements spontanés se manifestant avec force sous forme de mouvement physique intérieur et extérieur, avec pour le pratiquant la sensation d'être revitalisé et plein d'énergie.

Force de la Terre

En Taijiwuxigong non seulement nous travaillons avec nos propres énergies, mais aussi avec l'énergie de la Terre. La Force de la Terre est abondamment disponible une fois que vous savez comment utiliser les exercices spécifiques qui permettent de la capter. Cette force, correctement dirigée, se combine et accroît notre propre force énergétique. Ensemble, elles jouent un rôle essentiel pour réaligner la colonne vertébrale, contrebalancer et corriger les déplacements et la compression des disques intervertébraux et activer les fonctions d'autorégulation de l'organisme.

Expérimenter, comprendre, diriger et contrôler ces forces est la clé pour le traitement et la guérison de soi.

Respiration-Cinq-Articulations

avec le Daoyin Wuxi

Les Daoyin sont des exercices de mouvements contrôlés ou semi-spontanés destinés aux différentes parties du corps. Taijiwuxigong, traduit littéralement, signifie Respiration-Cinq-Articulations. Avec les Daoyin nous abordons les cinq différentes parties du corps (tête/cou, bras/épaules, poitrine, abdomen/hanches et pieds/talons). Cela signifie vraiment que nous travaillons toutes les articulations du corps, ce qui leur permet de «respirer» et de se revigorer, par le dégagement des stagnations et la favorisation de la circulation des fluides articulaires afin d'échanger les fluides anciens contre les nouveaux fluides qui apportent avec eux oxygène nouveau et nutrition.

Ce Cours

Cette formation professionnelle se compose de 6 séminaires et se déroulera sur un an (voir le tableau). Bien que conçu pour les futurs enseignants professionnels de Taijiwuxigong, il est également ouvert aux participants qui souhaitent étudier ce système très efficace en profondeur et en tirer bénéfice autant sur le plan de leur santé que d'un point de vue personnel. Les étudiants qui ont assisté auparavant à des séminaires et des cours de Taijiwuxigong régulièrement, trouveront dans la plupart des cas, qu'il est relativement facile de remplir les conditions nécessaires pour devenir enseignants en suivant la formation professionnelle complète.

Pour les nouveaux arrivants, il s'agit d'une occasion unique de découvrir et d'avoir un aperçu en profondeur d'un système exceptionnel et de s'engager dans une voie nouvelle. Les nouveaux étudiants seront enseignant stagiaire, à la fin de l'année de formation (à condition que leur pratique personnelle soit suffisante et qu'ils puissent dans la mesure du possible assister régulièrement à des cours du soir avec un enseignant local en plus de cette formation - c'est indispensable pour atteindre un niveau suffisant dans leur propre développement). Cependant, la plupart auront besoin d'expérience supplémentaire et de pratique avant d'être prêts à enseigner en solo. D'autres possibilités de formation seront disponibles. C'est la mission de l'Institut Buqi International que de former autant d'enseignants que possible aux niveaux les plus élevés de sorte que cette merveilleuse méthode, étudiée et mise au point pendant plus de 50 ans, puisse être enseignée pour le bénéfice de tous.

Cette formation sera donné le plus souvent par le fondateur, le Dr Shen Hongxun lui-même et offrira une occasion unique d'étudier directement avec la source.

L'année de formation couvre les sujets suivants.

- **La Pompe Énergétique** : - Activation du Dantian et développement de la Force du Dantian
- **Les Tuyaux** : - L'importance de l'ouverture des articulations, de l'allongement des muscles, des ligaments et des tendons

Ouverture des Canaux Energétiques et Circulation énergétique

- **Les Robinets** : doigts, mains et bras, jambes et pieds, comment les « ouvrir » vraiment et pourquoi il est impératif de le faire
- **Notre antenne parabolique**: le canal central
- **Les différents types de respiration** : Utiliser la respiration et la Vibration sonore
- **Les Huit Etapes du développement** comment les identifier et les encourager, aussi bien en vous-même que pour vos élèves
- **Binqi** (facteurs pathogènes, les blocages de nature physique et énergétique); Identification des problèmes de santé
- **Mouvement Spontané et Daoyin Wuxi** : comment utiliser les exercices de Taijiwuxigong et comment diriger la force énergétique en soi et dans les autres pour résoudre des problèmes et éliminer le Binqi
- **Le Double Cercle Vicieux** de l'Emotion négative et de la mauvaise Posture ; s'attaquer aux causes profondes de la mauvaise santé

Identifier et briser le Double Cercle Vicieux

- Comment Enseigner un cours de Taijiwuxigong et organisation du cours (ceci sera enseigné sur une journée supplémentaire pour les futurs et actuels enseignants ; date à préciser)

Informations pratiques

Date : 10-14 juillet 2008

Adresse : CREPS Montpellier

2 avenue Charles Flahault

34090 MONTPELLIER

FRANCE

Coût : Cours : € 350

Logement : Il y a quelques hébergements en demi-pension au Centre. Cependant Montpellier étant situé à 10 kms de la plage, il y a de nombreux hôtels et campings.

A réception de votre inscription, nous vous enverrons une confirmation avec les informations pratiques et une description du chemin.

--✂-----

Formulaire de réservation

Formation Taijiwuxigong, 10-14 juillet 2008,

Nom:

Prénom :

Adresse:

Tél:

Mobile:

Email:

() participe au séminaire et règlera le montant

de € lors de l'inscription le 10 juillet

() souhaite réserver la nuit de la veille, le 9 juillet

+ petit-déjeuner (21 €)

() souhaite réserver l'hébergement en demi-pension

du 10 au 14 juillet (150 €)

() souhaite réserver les 5 repas de midi (11€/ repas)

Date:

Signature:

